



VAASAN AMMATTIKORKEAKOULU
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Meea Huhtala & Sanna Perttu

SÄHKÖTUPAKOINTI

9.-LUOKKALAISTEN KESKUUDESSA

Sosiaali- ja terveysala
2016

VAASAN AMMATTIKORKEAKOULU

Hoitotyön koulutusohjelma, terveydenhoitotyön suuntautumisvaihtoehto

TIIVISTELMÄ

Tekijä	Meea Huhtala & Sanna Perttu
Opinnäytetyön nimi	Sähkötupakointi 9.-luokkalaisten keskuudessa
Vuosi	2016
Kieli	suomi
Sivumäärä	29 + 3 liitettä
Ohjaaja	Helena Leppänen

Tutkimuksen aiheena oli sähkötupakointi 9.-luokkalaisten keskuudessa. Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, kuinka yleistä sähkötupakointi on kyseisen ikäryhmän keskuudessa. Lisäksi tutkimuksessa tarkasteltiin nuorten tietämystä sähkötupakan terveyshaitoista.

Tutkimus toteutettiin kvantitatiivisena eli määrällisenä tutkimuksena ja aineisto kerättiin tutkijoiden itse tekemällä kyselylomakkeella erään yläkoulun 9.-luokkalaisille. Aineisto kerättiin marraskuussa 2015. Kyselylomakkeessa kysyttiin taustamuuttujia, nuorten sähkötupakan kokeilua, käyttöä ja säännöllisyyttä sekä muutamalla kysymyksellä tavallisen tupakan kokeilua ja käyttöä. Lomake sisälsi myös kysymyksiä sähkötupakan hankintaan ja saatavuuteen liittyen sekä millaisia sähkötupakkatuotteita nuoret ovat kokeilleet tai käyttävät. Lisäksi avoimilla kysymyksillä selvitettiin, mitä nuoret tietävät sähkötupakan terveyshaitoista ja mitä he haluaisivat tietää tuotteen terveyshaitoista. Tutkimustulokset analysoitiin SPSS-tilastointiohjelman avulla.

Tutkimuksessa selvisi, että sähkötupakan säännöllinen käyttö on melko vähäistä 9.-luokkalaisten keskuudessa, mutta tuotteen kokeilu puolestaan on yleistä. Lisäksi voidaan todeta, etteivät nuoret tiedä paljoakaan sähkötupakan terveyshaitoista, mutta eivät myöskään osoita erityistä kiinnostusta aiheeseen.

ABSTRACT

Author	Meea Huhtala and Sanna Perttu
Title	The Use of Electronic Cigarettes among junior high school 9th Graders
Year	2016
Language	Finnish
Pages	29 + 3 Appendices
Name of Supervisor	Helena Leppänen

The topic of this bachelor's thesis was the use of electronic cigarettes among 9th graders. The aim of this bachelor's thesis was to find out how common electronic cigarette smoking is among this particular age group. A further purpose was to find out what adolescents know about the health risks related to electronic cigarettes.

This bachelor's thesis was carried out as a quantitative research and all the material was collected in a junior high school using a questionnaire which was made by the researchers. The material was collected in November 2015.

The questionnaire included questions about the background variables, experimenting, use and the regularity of the use of electronic cigarettes and also included a few questions about experimenting and the use of regular cigarettes. The questionnaire also included questions concerning the acquisition and availability of electronic cigarettes and what kind of electronic cigarette products students have tried or are currently using. The purpose of the open ended questions was to find out what adolescents know and what they would like to know about the health risks related to electronic cigarettes. The results were analyzed with SPSS-statistics program.

The conclusion of the thesis was that a regular use of the electronic cigarettes is quite rare among 9th graders but experimenting electronic cigarettes is very common. It can also be said that adolescents nor know much about the health risks related to electronic cigarettes and neither are especially interested in the topic.

Keywords Electronic cigarette, school health care, adolescent, information, health risk

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO	1
2	SÄHKÖTUPAKKA	2
2.1	Sähkötupakan yleisimmät ainesosat	2
2.2	Sähkötupakan terveyshaitat	3
2.3	Sähkötupakkaa koskevat lait.....	5
2.4	Sähkötupakan mainontaa koskevat lait.....	6
2.5	EU-direktiivi	7
3	KOULUTERVEYDENHUOLTO.....	8
3.1	Kouluterveydenhuollon tarkoitus ja tavoite.....	8
3.2	Kouluterveyskysely ja nuorten terveystapatutkimus	8
4	TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET	10
5	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	11
5.1	Kohderyhmä ja aineiston keruu	11
5.2	Tutkimusmenetelmä.....	12
5.3	Aineiston analysointi	12
6	TUTKIMUKSEN TULOKSET.....	14
6.1	Taustatiedot.....	14
6.2	Sähkötupakan kokeilu ja käyttö	14
6.3	Sähkötupakan kokeilu vs. tavallisen tupakan kokeilu	15
6.4	Sähkötupakan kokeilussa käytetyt tuotteet	16
6.5	Sähkötupakkaa käyttävien käyttämät tuotteet.....	17
6.6	Sähkötupakan hankkiminen	18
6.7	Nuorten tietämys sähkötupakan terveyshaitoista.....	19
7	POHDINTA.....	20
7.1	Tutkimuksen eettisyys	20
7.2	Tutkimuksen luotettavuus	22

7.3 Tutkimustulosten tarkastelu	23
7.4 Johtopäätökset ja jatkotutkimusideat	24
LÄHTEET	26
LIITTEET	

KUVIOLUETTELO

Kuvio 1.	Sähkötupakan kokeilu	s. 15
Kuvio 2.	Sähkötupakan käyttö	s. 15
Kuvio 3.	Sähkötupakan ja tavallisen tupakan kokeilu	s. 16
Kuvio 4.	Sähkötupakan kokeilussa käytetyt tuotteet	s. 17
Kuvio 5 .	Sähkötupakkaa käyttävien käyttämät tuotteet	s. 17
Kuvio 6.	Sähkötupakan saatavuus	s. 18
Kuvio 7.	Sähkötupakan hankkiminen	s. 18

LIITELUETTELO

LIITE 1. Saatekirje 9.- luokkalaisen vanhemmalle/huoltajalle

LIITE 2. Saatekirje 9.- luokkalaiselle

LIITE 3. Kyselylomake

1 JOHDANTO

Sähkötupakointi on Suomessa suhteellisen tuore ilmiö, mutta se on kuitenkin yleistymässä nopeasti (Rydman 2013). Mediassa aihe on pysynyt maltillisissa rajoissa, mutta asia on kuitenkin tuotu esiin lähinnä tupakan terveellisempänä korvikkeena. Tämä on mahdollisesti lisännyt myös alle täysi-ikäisten nuorten mielenkiintoa asiasta. Informaatio tuotteen todellisista terveyshaitoista tulee yleensä tietoon vasta myöhemmin, joten aiheen ajankohtaisuus antoi oivallisen mahdollisuuden tarttua aiheeseen opinnäytetyön muodossa. Opinnäytetyö on toteutettu tutkimuksen muodossa.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, kuinka yleistä sähkötupakointi on 9.-luokkalaisten nuorten keskuudessa. Lisäksi tutkimuksessa tarkasteltiin nuorten tietämystä sähkötupakan terveyshaitoista.

Tutkimuksen kohderyhmäksi valikoituivat 9.-luokkalaiset nuoret. He ovat käyneet rippikoulun sekä siirtyneet koulun vanhimmiksi, minkä myötä mahdollisesti tunne aikuistumisesta on nuorella itsellä askelta lähempänä. 9.-luokkalainen eli keskimäärin 14-15-vuotias nuori on vielä murrosiässä ja kokeilun halu, rajojen rikkomisen sekä uutuuden viehätys kiehtovat.

Tässä työssä tietoa on haettu muun muassa Pubmed- ja Pubmed Central -tietokannoista englanninkielisillä hakusanoilla: electronic cigarette. Suomessa aihetta on tutkittu vasta melko vähän ja siten luotettavaa tutkimustietoa on melko niukasti saatavilla. Työssä on hyödynnetty terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen internet-sivuja sekä useiden lääkärin julkaisemia artikkeleita aiheesta. Lisäksi tutkijat ovat haastatelleet erästä aiheeseen perehtynyttä työterveyslääkärää. Työssä on hyödynnetty myös kirjaston palveluita.

2 SÄHKÖTUPAKKA

Sähkötupakka tunnetaan myös nimellä sähkösavuke, e-savuke tai elektroninen tupakka (THL 2015a; e-Savuke.com 2015). Se on nimensä mukaisesti sähköllä toimiva, tehdasvalmisteisen savukkeen käyttötapaa matkiva laite (THL 2015a). Sähkötupakka on ulkomuodoltaan tupakankaltainen, mutta materiaaliltaan muovinen tai metallinen putkilo, joka koostuu useimmiten kolmesta elektronisesta osatekijästä eli pienestä ladattavasta akusta, nestesäiliöstä sekä lämmityselementistä (THL 2015a; e-Savuke.com 2015). Joissakin malleissa on lisäksi värillinen ledvalo, joka luo mielikuvan oikeasta tupakasta ja saa laitteen näyttämään palavalta savukkeelta (Rauhalahti 2012, 551; THL 2015a). Toimiakseen osa sähkösavukeista vaatii käynnistysnapin painamista, kun taas toisissa malleissa lämmityselementti lämpenee käyttäjän imiessä sitä (Rauhalahti 2012, 551).

Turvallisuus- ja kemikaaliviraston (Tukes) vuonna 2014 teettämän sähkötupakka-tuotteiden käyttöturvallisuustestin tulokset osoittavat, että osassa sähkötupakka-tuotteista on turvallisuuspuutteita tekniikan osalta. Tukesin tutkimuksessa testattiin 15 erilaista sähkötupakkalaitetta. Näistä vain kolme täytti Tukesin asettamat turvallisuusvaatimukset ja loput 10 laitetta vedettiin pois markkinoilta liian suuren turvallisuusriskin vuoksi. Suurimman turvallisuusriskin aiheuttivat sähkötupakka-tuotteiden latauslaitteet. Lisäksi turvallisuus- ja kemikaalivirasto tiedottaa, että joistakin sähkötupakkalaitteista on löytynyt myrkyllisiä aineita, kuten lyijyä. (Tukes 2013.) RoHS-direktiivin (Restriction of Hazardous Substances -direktiivi 2011/65/EU) mukaisesti lyijyn käyttö sähkölaitteissa on kiellettyä, sillä aine aiheuttaa todennäköisesti terveys ja ympäristöriskejä. (Euroopan parlamentin ja neuvoston direktiivi 2011.)

2.1 Sähkötupakan yleisimmät ainesosat

Sähkötupakassa käytetään tupakanpurun sijaan nestettä, joka kuumennettaessa muuttuu vesihöyryksi. Tämä tarkoittaa, että tuotteessa imetään vesihöyryä, eikä savua kuten tavallisessa tupakassa. Sähkötupakan neste ei kuitenkaan ole pelkkää vettä, vaan niin sanottua e-nestettä, jonka perusraaka-aineina käytetään lisäksi

glyserolia tai propyleeniglykolia. Samat aineet esiintyvät myös tehdasvalmisteisen tupakan perusraaka-aineina. (THL 2015a; e-Savuke.com 2015.) Lisäksi aineita käytetään myös muun muassa elintarvike-, kosmetiikka-, lääke- sekä muoviteollisuudessa (Valvira 2015).

Kaikki sähkötupakat eivät automaattisesti sisällä nikotiinia kuten vastaavasti tehdasvalmisteinen tupakka. Sähkötupakan sisältämää e-nestettä on siis kahdenlaista: nikotiinipitoista sekä täysin nikotiinitonta. (THL 2015a; Valvira 2015.) Nikotiinipitoiset e-nesteet jaotellaan vielä neljään alaluokkaan nikotiinin vahvuuden mukaan: mieto (alle 10 mg/ml), keskivahva (10-15 mg/ml), vahva (16-20 mg/ml) ja hyvin vahva (yli 20 mg/ml). Näiden lisäksi e-nestettä löytyy vieläkin vahvemmallalla pitoisuudella eli 35-40 mg/ml, joka on maksimivahvuus. Lisäksi e-nesteisiin on lisätty makuaineeksi tarkemmin määrittelemättömiä aromiaineita kuten mentolia. (Rautalahti 2012, 551.) Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen (2013) julkaiseman tutkimuksen mukaan 12 -18-vuotiaiden nuorten kokeilemissa sähkösavukkeissa oli yleisimmin käytetty nikotiinipitoisia e-nesteitä.

2.2 Sähkötupakan terveyshaitat

Sähkötupakan pitkäaikaiskäytön terveysvaikutuksista ei ole vielä luotettavaa tietoa, sillä sähkötupakkatuotteet ovat markkinoilla suhteellisen tuore ilmiö. Useat valmistajat markkinoivat sähkötupakkatuotteita vaihtoehdoksi tavalliselle tupakalle sekä vieroitustuotteeksi tupakan lopettamiseen. Terveiden ja hyvinvoinninlaitos (THL) sekä työterveyslaitos (TTL) kuitenkin painottavat, että sähkötupakan terveyshaitoista ja turvallisuudesta ei ole vielä riittävän kattavasti luotettavaa tutkimusmateriaalia, että voitaisiin tehdä tällaisia johtopäätöksiä. Pitkäaikaiskäytön terveydellisistä seuraamuksista saadaankin luotettavaa tutkimustietoa vasta vuosien tai vuosikymmenten päästä. Sähkötupakan terveyshaittoja kuitenkin tutkitaan koko ajan yhä aktiivisemmin. (Ruokolainen, Ollila, Sandström & Heloma 2015, 2; THL 2014 & Työterveyslaitos 2012.)

Tutkimukseen haastateltiin työterveyshuollon erikoislääkäri Petri Lehtosta (2015), joka kertoi, että sähkötupakkatuotteilla ei ole tutkitusti terveyshyötyjä, mutta teollisesti todistettuja terveyshaittoja löytyy merkittävästi: ”Sähkötupakka ei ole

”turvallista”, se ei ole terveellistä ja on erittäin paljon kysymyksiä, joihin ei vielä osata vastata. Tämän hetkisen tutkimustiedon valossa terveyshaittoja tunnetaan sähkösavukkeiden nesteiden ja kemikaalien osalta. Haitallisia tekijöitä ovat ainakin nikotiini, glyseroli, aromaattiset aineet sekä epäpuhtaudet. Sähkötupakointi aiheuttaa selkeästi jopa heroiniin verrattavaa riippuvuutta (nikotiini) ja syöpärisikin lisääntymistä. ”Lehtosen linjaus sähkötupakkatuotteiden terveyshaitoista on hyvin samankaltainen kuin Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen julkaisemat artikkelit aiheesta.

Sähkötupakan sisältämät glyseroli ja propyleeniglykoli eivät luonnollisesti käytettynä ole terveydelle haitallisia, mutta teollisesti käytettynä, kuten sähkötupakassa ja tupakassa ne ovat riski terveydelle. Kuumennettaessa glyserolista osa muuttuu akroleiiniksi ja aineelle altistumisen seurauksena tupakoitsijalla ilmenee tavallisesti yskää, mahdollisia hengitysvaikeuksia sekä silmien punoitusta. Lisäksi akroleiini on yksi tupakan savun syöpää aiheuttavista tekijöistä. Propyleeniglykolin terveyshaitat ilmenevät samankaltaisina kuin glyserolin. Kuumentuessaan propyleeniglykoli vapauttaa terveydelle haitallisia yhdisteitä kuten propyleenioksidia, joka on kansainvälisen syöväntutkimuslaitoksen IARC (International Agency for Research on Cancer) mukaan ihmiselle mahdollisesti syöpää aiheuttava aine. (Rauhlahti 2012, 551; Valvira 2015; Kansainväliset kemikaalikortit 2012.)

Osa sähkötupakkatuotteista sisältää nikotiinia, joka vaikuttaa ihmisen keskushermostoon annoskoon mukaan. Pieninä annoksina nikotiini kiihdyttää aivoissa olevien nikotiinireseptorien toimintaa. Tällöin aivoissa vapautuu dopamiinia eli sellaista välittäjäainetta, jonka vapautumisen vaikutuksesta ihminen kokee hetkellisen rentoutumisen, piristymisen tai hyvänolon tunteen. Näiden mielihyvän tunteiden myötä nikotiinipitoisen tuotteen käyttäminen ei välttämättä jää yhteen kertaan, vaan ihminen käyttää tuotetta toistamiseen hetkellisen hyvänolon tunteen saavuttamiseksi. Tällä tavoin nikotiinin vaikutuksesta aiheutuu psyykkistä riippuvuutta. (Mustonen 2004; THL 2015b.)

Kun nikotiinialtistus on toistuvaa, nikotiinireseptorit herkistyvät nikotiinille ja aivot alkavat tottua siihen. Tämän seurauksena aivoissa tapahtuu pysyviä rakennemuutoksia. (Mustonen 2004; THL 2015b.) Nikotiini imeytyy hengitysteistä ve-

renkiertoon nopeasti ja saavuttaa aivot muutamassa sekunnissa. Nikotiinipitoisuus myös laskee varsin nopeasti, noin puolessatoista tunnissa, jonka jälkeen nikotiiniin tottuneet aivot tarvitsevat uuden nikotiiniannoksen. Mikäli aivojen nikotiinireseptorit eivät noin 2-12 tunnin aikana edellisestä nikotiiniannoksesta saa lisää nikotiinia, alkaa ilmaantua vieroitusoireita, kuten ärtyneisyyttä, pään särkyä ja levottomuutta. Oireiden laatu vaihtelee yksilöllisesti ja sen mukaan kuinka isoihin ja vahvoihin nikotiiniannoksiin keskushermosto on ehtinyt tottua. Vieroitusoireet ovat voimakkaampia, mitä vahvempia /isompia kerta-annoksia ihminen on nikotiinia saanut tuotetta käyttäessään. Eli psyykkisen riippuvuuden lisäksi nikotiinin aiheuttamana terveyshahtana on fyysinen riippuvuus. (Duodecim 2016; Mustonen 2004; THL 2015b.)

Sähkötupakan e-nesteisiin on usein lisätty erilaisia aromiaineita, kuten esimerkiksi mentolia, tuomaan tuotteelle parempaa makua. Nämä maku-aineet ovat kuitenkin tarkemmin määrittelemättömiä, eikä varsinaista tutkimustietoa niiden sisällöstä ja haittavaikutuksista ole. Tiedetään kuitenkin, että suurin osa markkinoilla olevista e-nesteistä valmistetaan Kiinassa. Näiden kiinalaisten e-nesteiden joukosta on löydetty myös tuotteita, jotka sisältävät muun muassa joitain tarkemmin määrittelemättömiä lääkeaineita sekä myrkyllistä dietyleeniglykolia. (Rauhalahhti 2012, 551; THL 2015c.)

2.3 Sähkötupakkaa koskevat lait

Sähkötupakka, jossa ei käytetä nikotiinipitoista nestettä, kuuluu tupakkalain piiriin. Tupakkalaissa 2§ (13.8.1976/693) tupakkatuotteella tarkoitetaan: ”Tupakka jäljitelmällä muodoltaan tupakkatuotetta tai tupakointivälinettä läheisesti muistuttavaa, tupakkaa tai sen vastiketta sisältämätöntä tuotetta.”

Sähkötupakan myyntiin ja maahantuontiin ei tupakkalaki ota kantaa, joten tupakkalain asettama 18-vuoden ikäraja ja myyntiluvan sääntely ei koske sähkötupakkalaitteen ja nikotiinittoman nesteen ostamista (Valvira 2011).

Jos sähkösavuke sisältää nikotiinia, aine kuuluu lääkelain piiriin. Nikotiini on farmakologisesti vaikuttava, käyttäjälleen riippuvuutta aiheuttava aine (Fimea

2008.) Euroopan komission tekemän dokumentin mukaan sähkö tupakkavalmistet, jotka sisältävät nikotiinia, voivat kuulua Euroopan Unionissa lääkelain piiriin, käyttötarkoituksensa ja vaikutustapansa perusteella (European Commission 2008).

Sähkö tupakan nikotiinipatruunat ja -liuokset luokitellaan Lääkealan turvallisuus- ja kehittämiskeskus Fimean mukaan lääkkeeksi, nikotiinipitoisuudestaan riippumatta. Lääkkeeksi luokitellulla valmisteella tulee olla myyntilupa, ennen kuin sitä voidaan myydä Suomessa. (Fimea 2010.) Nikotiinipatruunoita ja -liuoksia pystyy tilaamaan ulkomailta. Jos annosmäärä koko lääkkeessä ylittää 0,42 grammaa tai kerta-annoksena 10mg, valmistetta pidetään reseptilääkkeenä. Jos pitoisuudet ovat tätä alhaisempia, valmisteita pidetään itsehoitolääkkeinä. Kerta-annos tarkoittaa yhtä nikotiinipatruunaa. ETA-alueelta lääkemääräystä vaativan valmisteen tilaaminen ilman reseptiä on kiellettyä. (Fimea 2010.)

Suomen laissa ei vielä ole kielletty sähkö tupakointia julkisella paikalla, mutta Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) ylilääkäri Antero Heloma sekä työterveyslaitoksen (TTL) pääjohtaja Harri Vainio kannattavat sähkö savukkeiden käytön kieltämistä julkisissa tiloissa (THL & TTL 2012). Esimerkiksi Finnair kieltää sähkö tupakan käytön ja lataamisen matkan aikana (Finnair 2016). Valtionrautateilla (VR) sähkö tupakan käyttö on aiemmin sallittu ainoastaan pitkillä juna- vuoroilla, tupakoinnille tarkoitettuissa alipaineistetuissa tupakkakopeissa (YLE 2012). Nykyisin kaikki VR:n junavuorot ovat täysin savuttomia (VR 2016).

2.4 Sähkö tupakan mainontaa koskevat lait

Tupakkalain mukaan tupakkaa, tupakkajäljitelmää sekä tupakan vastiketta ei saa mainostaa. Myös epäsuora mainonta ja muu myynninedistäminen on kiellettyä (Valvira 2011). Esimerkiksi vuonna 2011, Green Smoke- yhtiö mainosti sähkö tupakkalaitteita ja niissä käytettäviä nikotiinia sisältämättömiä nesteitä laittomasti radiossa, tästä seurauksena Valvira uhkasi 85 000 euron sakolla (Kaleva 2011).

2.5 EU-direktiivi

Uudessa tupakkatuotedirektiivissä – eli lainsäädäntöohjeessa – myös sähkötupakka ja sen käyttöön tarkoitetut nesteet ovat huomioitu. Uudet direktiivin määräykset on otettava EU:n jäsenmaiden lainsäädäntöön 1.5.2016 mennessä. Direktiivissä määritellään mm. nikotiinia sisältävien nikotiininesteiden enimmäismäärät sekä -vahvuudet, näiden lisäksi myös nesteissä kiellettävät lisäaineet. Nämä lisäaineet ovat samat kuin tupakkatuotteita koskevat kielletyt lisäaineet. Jos tuote ylittää direktiivin asettaman nikotiinipitoisuuden ja -määrät, tuote kuuluu lääkelain piiriin. Direktiivissä määrätään myös, että sähkötupakkatuotteissa tulee olla yksityiskohtainen pakkausseloste, jossa on tiedot tuotteen terveyshaitoista sekä nikotiinia sisältävien tuotteiden osalta tuotteen aiheuttamasta riippuvuudesta. (THL 2015d.)

3 KOULUTERVEYDENHUOLTO

Kouluterveydenhuoltoon ovat oikeutettuja kaikki peruskoulun oppilaat. Kouluterveydenhuolto toimii yhteistyössä vanhempien ja huoltajien kanssa. Se on lakisääteistä ja maksutonta perusterveydenhuollon palvelua, jota on tarjolla koulupäivinä koulun alueella tai sen välittömässä läheisyydessä. Kouluterveydenhuollossa työskentelevät tiiviinä työparina terveydenhoitaja ja koululääkäri lisäksi he tekevät moniammatillista yhteistyötä opettajien, koulukuraattorin ja koulupsykologin kanssa (THL 2016.)

3.1 Kouluterveydenhuollon tarkoitus ja tavoite

Kouluterveydenhuollon tavoitteena on edistää lasten ja nuorten terveyttä sekä tukea heidän kasvua ja kehitystä. Lisäksi tavoitteena on edistää ja seurata kouluympäristön terveellisyttä ja turvallisuutta sekä kouluyhteisön hyvinvointia ja tarvittaessa puuttua mikäli ilmenee jotain mihin puuttua. (THL 2016; Terho, Alalaurila & Laakso 2002, 18-2.)

Kouluterveydenhuollon tarkoituksena on järjestää peruskoululaiselle kattavat palvelut terveystarkastuksista sairaanhoitoon sekä suun terveydenhuoltoon, joka yleensä järjestetään kunnallisen hammashoidon kanssa yhteistyössä. Rutiinina omaiset terveystarkastukset tehdään säännöllisesti terveydenhoitajan toimesta jokaisella vuosiluokalla aina ensimmäisestä luokasta peruskoulun viimeiselle eli yhdeksännelle luokalle asti. Koululääkäri tekee myös tarkastukset 1., 5. ja 8.-luokilla, näitä kutsutaan laajoiksi terveystarkastuksiksi. Laajoissa terveystarkastuksissa on mahdollisuuksien mukaan mukana myös lapsen vanhempi tai huoltaja. Tällöin arvioidaan yleensä myös perheen hyvinvointia lapsen kasvun ja kehityksen kannalta ja mahdollisesti arvioidaan erityisen tuen tarvetta. (THL 2016.)

3.2 Kouluterveyskysely ja nuorten terveystapatutkimus

Kouluterveyskyselyn toteuttaa Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (THL) ja se on valtakunnallinen. Kysely kerää tietoa nuorten elinoloista, kouluoloista, koetusta terveydestä, terveystottumuksista ja opiskeluhuollosta. Tämän, joka toinen vuosi

toteutettavan, kyselyn perusteella tuetaan koulu- ja opiskeluterveydenhuollossa tehtävää työtä kouluissa ja oppilaitoksissa. (THL 2016.)

Nuorten terveystapatutkimuksen toteuttaa sosiaali- ja terveysministeriö, tutkimuksessa seurataan 12-18-vuotiaiden nuorten terveyttä ja terveystottumuksia. Tutkimuksen tuloksia verrataan aiempien vuosien tuloksiin, joista voidaan nähdä, että esimerkiksi tietoisuus sähkötupakasta oli vuonna 2015 lisääntynyt vuonna 2013 tehtyyn tutkimukseen verrattuna. Vuoden 2013 terveystapatutkimukseen vastanneista 16-vuotiaista pojista 5 % (n=508) ei tiennyt mitä sähkötupakat ovat, kun taas vuonna 2015 16-vuotiaista pojista ainoastaan 2 % (n=793) ei tiennyt kyseistä tuotetta. Vastaavasti 16-vuotiaiden tyttöjen kohdalla vuonna 2013 8 % (n=705) ei tiennyt, mikä on sähkötupakka ja vuonna 2015 tietämättömien 16-vuotiaiden tyttöjen osuus oli enää 2 % (n=1170). (Kinnunen, Pere, Lindfors, Ollila & Rimpelä 2015.)

4 TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUS-KYSYMYKSET

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, kuinka yleistä sähkötupakointi on 9.-luokkalaisten keskuudessa. Lisäksi tutkimuksessa tarkasteltiin nuorten tietämystä sähkötupakan terveyshaitoista. Tarkoituksena on havainnollistaa saadut tutkimustulokset erilaisten graafisten taulukoiden avulla.

Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää, tulisiko yläkouluikäisiä valistaa enemmän sähkötupakan terveyshaitoista ja pitäisikö aihe mahdollisesti lisätä omana osa-alueenaan nuorten terveyskasvatukseen. Lisäksi tavoitteena oli saada selville, millaista tietoa nuoret kaipaavat sähkötupakasta. Saatua tietoa voidaan hyödyntää muun muassa infolehden toteutukseen.

Tutkimuskysymyksiä ovat:

1. Kuinka yleistä sähkötupakointi on 9.-luokkalaisten keskuudessa?
2. Mitä 9.-luokkalaiset tietävät sähkötupakasta ja sen haittavaikutuksista?
3. Mitä 9.-luokkalaiset haluaisivat tietää sähkötupakasta?

5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tässä osiossa tarkastellaan tutkimuksen toteutusta. Luvussa käsitellään tutkimuksen kohderyhmää ja tutkimusmenetelmää sekä esitellään tutkimuksen etenemisprosessia.

5.1 Kohderyhmä ja aineiston keruu

Kohderyhmäksi valittiin erään yläkoulun 9.-luokkalaiset nuoret, joista suurin osa oli 15-vuotiaita. Koulun rehtori ja terveydenhoitaja olivat valmiita yhteistyöhön. Tutkimusluvan antoi koulun rehtori.

Koska nuoret ovat alaikäisiä, ennen varsinaista aineiston keruuta laadittiin saatekirje (liite 1) nuorten vanhemmille. Siinä esiteltiin lyhyesti tutkimuksen aihe sekä osallistumisen vapaaehtoisuus. Rasti ruutuun -menetelmällä ja allekirjoituksellaan vanhemmat saivat päättää nuorensa osallistumisesta tutkimukseen. Oppilailla oli hieman yli viikko aikaa näyttää saatekirje kotona ja pyytää siihen vanhempien allekirjoitus. Allekirjoitettuja suostumuksia palautui yhteensä 38 kappaletta.

Aineisto kerättiin marraskuun 2015 alussa eräällä oppitunnilla kyselylomakkein. Lomakkeen liitteenä oli vastaajalle kohdistettu saatekirje (liite 2). Koulun rehtori oli informoinut tuntiopettajia tutkimuksen toteutuksesta ja aineiston keruu sujui vaivattomasti. Kyselylomakkeet jaettiin useampaan luokkaan ja vastaaminen vei aikaa noin 10 minuuttia oppitunnista.

Tutkimuksessa huomioitiin, että eettiset vaatimukset toteutuvat. Työssä noudatettiin Pietarisen (2002) esittämää kahdeksaa perusvaatimusta muun muassa rehellisyydestä, tunnollisuudesta ja kunnioituksesta. Tutkimuksen kohderyhmälle painotettiin, että vastaaminen tapahtuu täysin nimettömästi ja tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista ja että osallistumisesta voi kieltäytyä milloin tahansa. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2010, 172-175.)

Kyselyn lopuksi täytetyt lomakkeet kerättiin suljettuun kirjekuoreen ja vastaukset käsiteltiin luottamuksellisesti niin, että vastauksia ei pystytä yhdistämään vastaajiin. Vastaukset hävitettiin huolella heti tutkimuksen valmistumisen jälkeen.

5.2 Tutkimusmenetelmä

Tutkimus toteutettiin kvantitatiivisena eli määrällisenä tutkimuksena, koska haluttiin selvittää suuremman joukon kokemuksia ja tietämystä sähkötupakasta ja sen terveyshaitoista. Aihe on selkeästi rajattu, joten oli luontevaa toteuttaa tutkimus strukturoiduin kyselylomakkein.

Kyselylomake (liite 3) oli tutkijoiden itsensä laatima. Lomake sisälsi pääosin monivalintakysymyksiä sekä lisäksi kaksi avointa kysymystä. Kysymykset on laadittu ajankohtaisartikkeleiden sekä median herättämän mielenkiinnon pohjalta.

Kysymyksissä 1 ja 2 kysytään vastaajan taustatietoja; sukupuoli ja ikä. Vastaukset miesten ja naisten välillä eivät juuri eronneet toisistaan, joten päädyttiin, että tuloksia ei ole hyötyä erotella sukupuolen mukaan varsinaisessa analysointivaiheessa.

Kysymykset 3 ja 4 käsittelevät tavallisen tupakan kokeilua sekä säännöllistä polttamista. Kysymyksillä 5-7 selvitetään nuorten sähkötupakan kokeilua, käyttöä sekä säännöllisyyttä. Kysymyksissä 8 ja 9 halutaan tietää, millaista sähkötupakkaa nuoret ovat kokeilleet ja millaista sähkötupakkaa he käyttävät, jos käyttävät. Kysymyksissä 10 ja 11 kysytään, mistä nuori on sähkötupakkaa hankkinut ja onko hankkiminen heidän mielestään helppoa. Kysymykset 12 ja 13 ovat avoimia kysymyksiä ja niissä selvitetään, mitä nuoret tietävät ja haluaisivat tietää sähkötupakan terveyshaitoista.

5.3 Aineiston analysointi

Tutkimuksen analysoinnin ensimmäisessä vaiheessa kyselylomakkeet numeroitiin. Tämän jälkeen ne syötettiin tietokoneelle IBM SPSS Statistics 23 -tilastointiohjelmaan. IBM SPSS:n avulla tutkimuksen muuttujista laskettiin frekvenssejä ja prosenttiosuuksia.

Analysointivaiheessa vastaukset eroteltiin tutkimuskysymysten perusteella useampaan eri ryhmään, jonka jälkeen niitä tarkasteltiin yhdessä toisiinsa verraten.

Tämän avulla selvitettiin muun muassa tavallisen tupakoinnin yhteyttä sähkötupakkakokeiluihin ja sähkötupakointiin. Myöhemmässä vaiheessa eräiden kysymyksien kohdalla tutkijat laskivat vielä itse, kuinka moni 9.-luokkalainen oli vastannut tietyn vastausvaihtoehdon ja laskivat itse näistä prosenttiosuudet.

Avoimien kysymyksien analysoinnissa vastaukset luettiin ensin huolellisesti läpi, jolloin huomattiin, että vastaajista useampi oli jättänyt kokonaan vastaamatta näihin kysymyksiin. Avoimiin kysymyksiin vastanneiden vastaukset eroteltiin toisistaan vastausten perusteella. Useissa kysymyslomakkeissa vastaukset olivat samankaltaisia.

Kun vastausten analysointi kaikkien kysymysten osalta saatiin valmiiksi, saaduista tuloksista tehtiin tekstin havainnollistamiseksi graafisia kuvioita ja taulukoita Microsoft Excel 2011 -ohjelman avulla.

6 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Tässä osiossa käsitellään tutkimuksen tuloksia. Luvussa tarkastellaan tutkimuksen taustatietoja, sähkötupakan kokeilua ja käyttöä, tuotteen hankintaa sekä nuorten tietämystä sähkötupakan terveyshaitoista.

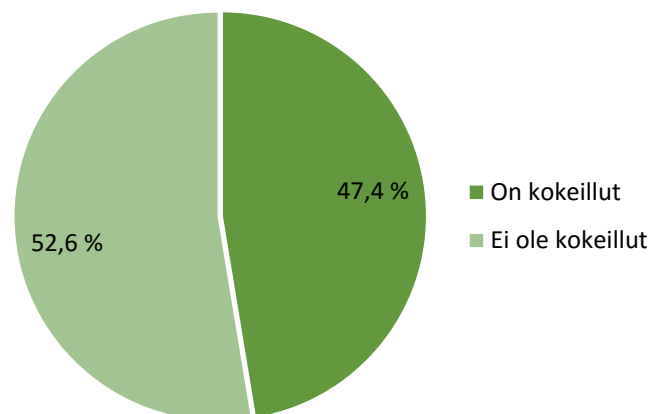
6.1 Taustatiedot

Tutkimuksen kohderyhmänä olivat erään yläkoulun 9.-luokkalaiset nuoret. Saatekirjeellä (liite 1) informoitiin huoltajia ja pyydettiin heiltä suostumus alaikäisen nuoren osallistumisesta tutkimukseen. Saatekirje meni yhteensä 64 oppilaan kotiin. Tästä joukosta yhteensä 38 oppilasta palautti kirjeen liitteenä olleen lupalapun takaisin koululle. Kaikki 38 oppilasta saivat huoltajilta luvan osallistua tutkimukseen. Kyseisen oppitunnin opettaja oli tehnyt valmiiksi nimilistan tutkimukseen osallistuvista oppilaista.

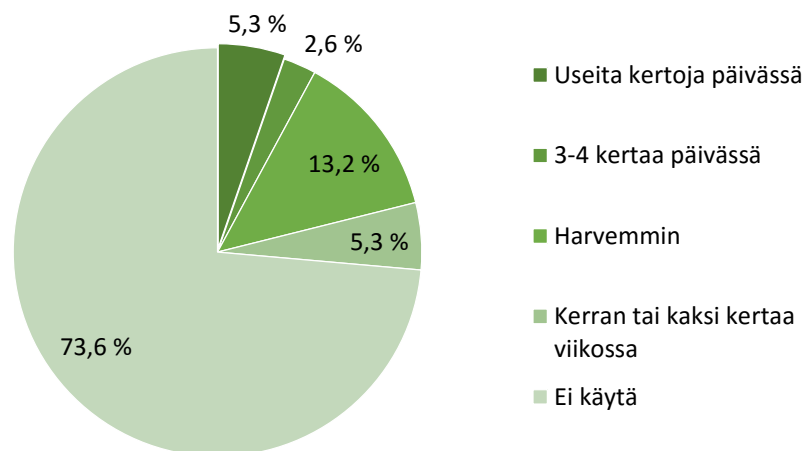
Vastaajista 18 (52,6 %) olivat tyttöjä ja loput 20 (47,4 %) olivat poikia. Koska sukupuolijakauma oli näin tasainen, eikä tulokset tyttöjen ja poikien osalta merkittävästi poikenneet toisistaan päätettiin, ettei vastauksia analysoida sukupuolen perusteella.

6.2 Sähkötupakan kokeilu ja käyttö

Tutkimukseen osallistuneista (n=38) nuorista 18 (47,4 %) vastasi joskus kokeilleensa sähkötupakka, loput 20 (52,6%) eivät olleet kokeilleet sähkötupakkaa ollenkaan (kuvio 1). Useita kertoja päivässä sähkötupakkaa käytti kaksi (5,3 %) henkilöä, kolmesta neljään kertaan käyttäviä oli yksi (2,6 %). Kerran tai kaksi kertaa viikossa käyttäviä vastaajien joukossa oli kaksi (5,3 %) ja harvemmin kuin kerran viikossa sähkötupakkaa käyttäviä oli yhteensä 5 (13,2 %). (kuvio 2.)



Kuvio 1. Sähkötupakan kokeilu

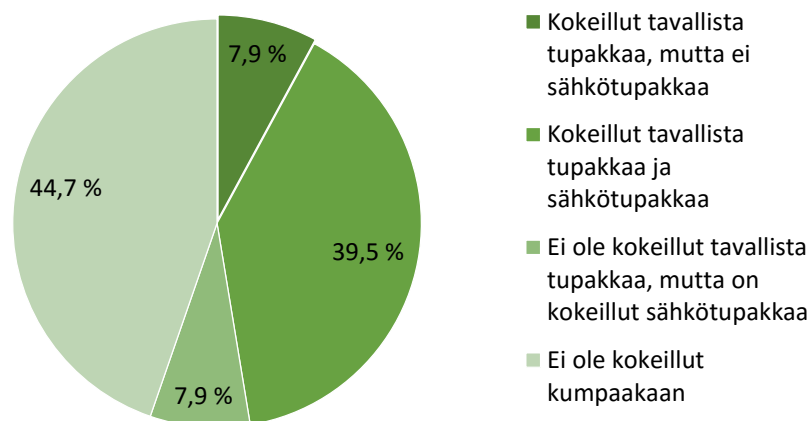


Kuvio 2. Sähkötupakan käyttö

6.3 Sähkötupakan kokeilu vs. tavallisen tupakan kokeilu

Tutkimuksessa haluttiin myös tietää, kuinka moni 9.-luokkalaisista ei ole kokeillut tavallista tupakkaa, mutta on kuitenkin kokeillut sähkötupakkaa. Vastaajista kolme (7,9 %) vastasi kokeilleensa ainoastaan sähkötupakkaa. Vastaajien joukossa oli myös kolme henkilöä (7,9 %), jotka olivat kokeilleet tavallista tupakkaa, mutta

eivät olleet koskaan kokeilleet sähkötupakkaa. 15 (39,5 %) vastaajista ilmoitti kokeilleensa sekä tavallista että sähkötupakkaa. Vastaajista 17 (44,7 %) ei ollut kokeillut tuotteista kumpaakaan. (kuvio 3.)

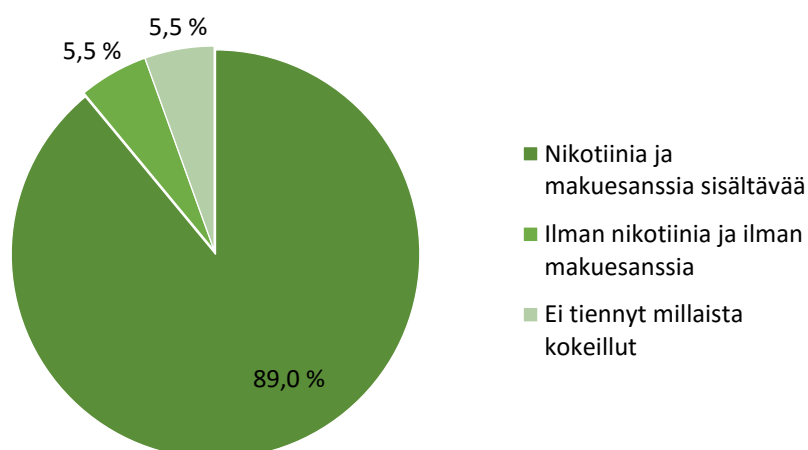


Kuvio 3. Sähkötupakan ja tavallisen tupakan kokeilu

6.4 Sähkötupakan kokeilussa käytetyt tuotteet

Tutkimuksessa tarkasteltiin myös, millaista sähkötupakkaa 9.-luokkalaiset ovat kokeilleet. Tätä käsittelevään kysymykseen pystyi valitsemaan useampia vastausvaihtoehtoja.

18:sta sähkötupakkaa kokeilleista 16 (89,0 %) olivat kokeilleet tuotetta, joka sisältää sekä nikotiinia että makuesanssia. 18:sta tuotetta kokeilleesta yksi (5,5 %) ilmoitti kokeilleensa tuotetta ilman nikotiinia ja ilman makuesanssia. Lisäksi vastaajista yksi (5,5 %) ei tiennyt millaista sähkötupakkaa on kokeillut. (Kuvio 4.)

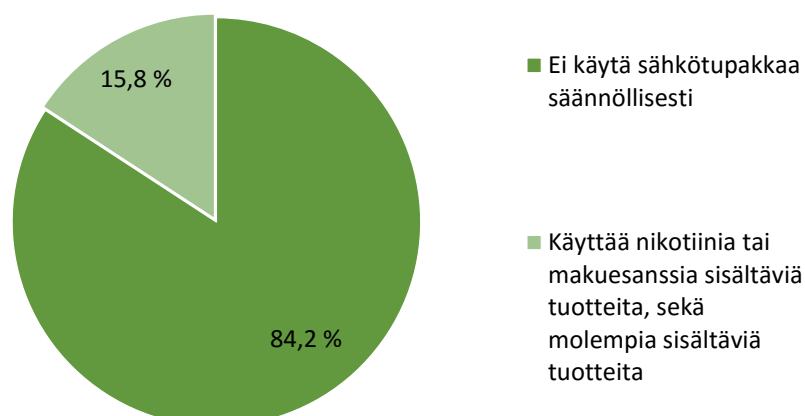


Kuvio 4. Sähkötupakan kokeilussa käytetyt tuotteet

6.5 Sähkötupakkaa käyttävien käyttämät tuotteet

Lisäksi tutkimuksessa selvitettiin, millaista sähkötupakkaa 9.-luokkalaiset käyttävät. Myös tätä käsittelevään kysymykseen pystyi valitsemaan useampia vastausvaihtoehtoja.

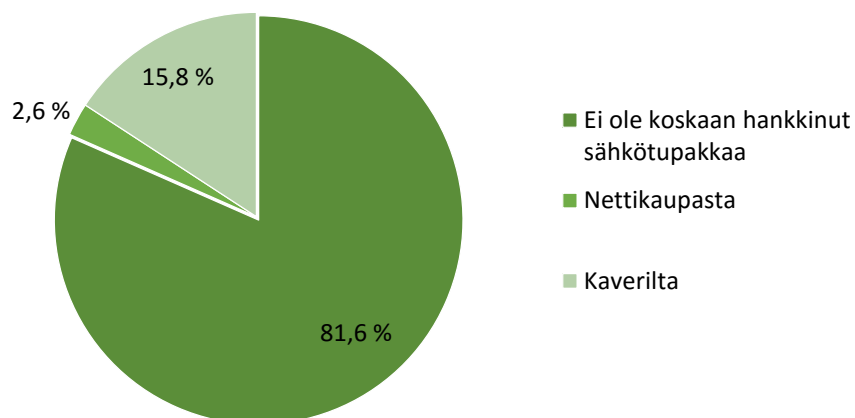
Vastaaajista (n=38) 32 (84,2 %) vastasi, ettei käytä sähkötupakkaa. Loput 6 (15,8 %) kertovat käyttävänsä nikotiinia tai makuesanssia sisältäviä tuotteita sekä tuotteita, jotka sisältävät molempia. (Kuvio 5.)



Kuvio 5. Sähkötupakkaa käyttävien käyttämät tuotteet

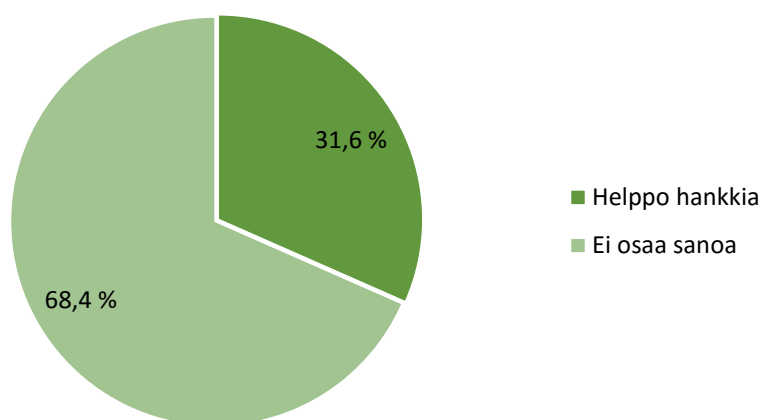
6.6 Sähkötupakan hankkiminen

Tutkimuksessa tarkasteltiin myös, mistä nuoret hankkivat sähkötupakkaa. Vastaajista (n=38) 31 (81,6 %) ei ole koskaan hankkinut sähkötupakkaa. Vastaajien joukossa 1 (2,6 %) henkilö kertoo hankkineensa sähkötupakkaa nettikaupasta ja loput 6 (15,8%) on hankkinut sähkötupakkaa kaverilta. (Kuvio 6.)



Kuvio 6. Sähkötupakan saatavuus

Lisäksi tutkimuksessa selvisi, että vastaajista 12 (31,6 %) olivat sitä mieltä, että sähkötupakkaa on helppo hankkia, loput 26 (68,4 %) eivät osanneet sanoa.



Kuvio 7. Sähkötupakan hankkiminen

6.7 Nuorten tietämys sähkötupakan terveyshaitoista

Kysymykset 12 ja 13 olivat avoimia kysymyksiä, joissa haluttiin tietää, mitä 9.-luokkalaiset tietävät sekä, mitä he haluaisivat tietää sähkötupakan haittavaikutuksista. Tutkimusjoukosta (n=38) kahdeksan (21.1 %) oli jättänyt vastaamatta molempiin kysymyksiin, loput 30 (78.9 %) olivat vastanneet vähintään toiseen kysymykseen.

Kysymyksiin 12 ja 13 vastanneista 30:sta seitsemän (23,3 %) oli vastannut, ettei tiedä tai osaa mainita esimerkkejä, eikä tarvitse lisätietoja terveyshaitoista. Vastaaajista 14 (46,6 %) vastasivat kysymykseen numero 12, että tietävät sähkötupakoinnin terveyshaittojen olevan samankaltaisia kuin tavallisen tupakan haittavaikutukset. Lisäksi tähän kysymykseen oli vastattu eriteltynä nikotiiniriippuvuus nikotiinia sisältävien tuotteiden käytön seurauksena, sekä hapenottokyvyn heikkeneminen. Yksi (3,3 %) vastaajista vastasi kysymykseen tietävänsä, että joissakin sähkötupakointiin tarkoitetuissa nesteissä on glyserolia, mikä aiheuttaa syöpää. Yksi (3,3 %) oli vastannut myös sähkötupakoinnin olevan tupakan kaltainen tuote, mutta tupakoinnin lopettamiseen hyvä apuväline, jos tuote ei sisällä nikotiinia. Kysymykseen oli myös vastattu, että tuotetta ei ole vielä tarpeeksi tutkittu, joten siitä ei vielä tiedetä tarpeeksi. Eräs vastaaja oli kirjoittanut, että vanhemmat ovat pelotelleet sähkötupakan räjähtävän suuhun aiemmin mediassa ilmestyneiden uutisten perusteella, tämä vastaaja oli vastannut kuitenkin kysymykseen 13 haluavansa saada lisää tietoa sähkötupakoinnin haitoista, sillä miettii vaihtavansa tavallisen tupakan sähkötupakkaan. Muutama oli vastannut kysymykseen 12 vielä kuulleensa sähkötupakoinnin aiheuttavan vesikeuhkot.

Kysymykseen 13 vastanneista 30:sta viisi (16,7 %) vastasivat haluavansa tietää lisää sähkötupakoinnin aiheuttamista haittavaikutuksista elimistölle.

7 POHDINTA

Tässä osiossa pohditaan tutkimuksen eettisyyttä ja luotettavuutta. Lisäksi luvussa tarkastellaan tutkimustuloksia sekä esitellään johtopäätökset jatkotutkimusideat.

7.1 Tutkimuksen eettisyys

Tutkimusta tehdessä yhtenä tärkeänä lähtökohtana on eettisyys. Hyvän pohdintaperustan eettisyyden toteutumiseen tutkija saa Pietarisen (2002) esittämän kahdeksan eettisen vaatimuksen listan avulla. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 172.)

Listan ensimmäinen vaatimus on älyllisen kiinnostuksen vaatimus, jonka mukaisesti tutkijan on oltava aidosti kiinnostunut uuden tiedon hankkimisesta. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 172.) Tässä tutkimuksessa tutkijat saivat itse valita tutkimuksen aiheen oman mielenkiinnon pohjalta, jolloin tutkijoiden kiinnostus tiedonhankintaan on aitoa.

Listan toisena vaatimuksena on tunnollisuuden vaatimus. Tällä tarkoitetaan, että tutkijan on paneuduttava tunnollisesti aiheeseensa, jotta tutkimukseen hankittu tieto olisi luotettavaa. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 172.) Tässä tutkimuksessa lähdeluetteloa tarkasteltaessa huomataan, että jokainen lähde on asiallinen ja luotettava. Lähteet pohjautuvat muun muassa Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen julkaisemiin artikkeleihin ja tutkimuksiin sekä Valviran julkaisuihin.

Pietarisen (2002) eettisten vaatimusten listassa kolmantena ja neljäntenä ovat rehellisyyden vaatimus sekä vaaran eliminoiminen. Tämä tarkoittaa, että tutkija ei saa syyllistyä minkäänlaisen vilpin harjoittamiseen eikä tutkija saa suostua sellaiseen tutkimukseen, josta voi aiheutua kohtuutonta vahinkoa. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 172.) Tämä tutkimus toteutettiin valvotusti vastaajille tutussa ja turvallisessa ympäristössä, oppitunnilla. Se toteutettiin kvantitatiivisena eli määrällisenä tutkimuksena kyselylomakkeisiin vastaamalla. Tutkimuksen toteutuksesta ei aiheutunut vaaraa kenellekään vastaajille eikä tutkijoille.

Viides vaatimus on ihmisarvon kunnioittaminen. Tällä tarkoitetaan, ettei tutkimuksen tekeminen saa millään tasolla halventaa ihmisarvoa eikä myöskään loukata kenenkään ihmisen moraalista arvoa. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 172.) Tässä tutkimuksessa kyselylomakkeiden kysymysten asettelu mietittiin tarkkaan ja kysymykset muotoiltiin siten, ettei kukaan alaikäisistä nuorista koe itseään syyllistetyksi sähkötupakan kokeilusta tai käytöstä. Tutkimustilanteessa tutkimukseen osallistuneille painotettiin myös, että osallistuminen on täysin vapaaehtoista ja jokaisella nuorella itsellä on asiasta päätösvalta. Osallistumisen vapaaehtoisuudesta tiedotettiin ennakoon myös nuorten vanhempia kotiin kulkeeneen saatekirjeen muodossa.

Pietarisen (2002) listan kuudes ja seitsemäs vaatimus käsittelevät sosiaalista vastuuta ja ammatinharjoituksen edistämistä. Näiden mukaisesti tutkija on velvollinen huolehtimaan, että tutkimuksessa hyödynnetty tieteellinen informaatio on eettisten vaatimusten mukaisesti käytetty. Lisäksi tutkijan täytyy varmistaa, että hänen toimintatapansa antaa mahdollisuuden tutkimuksen edistämiseksi myös ammatinharjoituksen mielessä. Tämän tutkimuksen kohdalla huomataan, että Pietarisen (2002) kaikki aiemmat eettiset vaatimukset täyttyvät, mikä tarkoittaa, että tutkimuksessa hyödynnetty tieteellinen informaatio on läpäissyt eettisen seulan ja on siis asianmukaisesti käytettyä. Tutkimuksen etenemiseksi tutkijat ovat työskennelleet mahdollisimman paljon yhdessä, mutta he ovat myös jakaneet työmäärää tasapuolisesti kummankin tutkijan omalle vastuulle, sillä yhteistä aikaa on ollut rajoitettavissa. Tällöin molemmat osapuolet ovat sitoutuneet työstämään omaa osuuttaan totuudenmukaisen ja luotettavan lopputuloksen saamiseksi.

Viimeisenä eli kahdeksantena listan eettisenä vaatimuksena on kollegiaalinen arvostus. Tällä tarkoitetaan, että tutkijoiden täytyy suhtautua toisiinsa arvostavasti. Tässä tutkimuksessa tutkijat ovat itse saaneet valita työparinsa, mikä varmistaa vaatimuksen toteutumisen.

7.2 Tutkimuksen luotettavuus

Kvantitatiivisen eli määrällisen tutkimuksen luotettavuutta voidaan mitata muun muassa validiteettia ja reliabiliteettia apuna käyttäen. Validiteetilla tarkoitetaan, että mittarilla saadaan mitattua, mitä alun perin on tarkoituskin mitata. Määrällisessä tutkimuksessa mittarina toimii usein kyselylomake. Reliabiliteetti puolestaan määrittää tulosten pysyvyyttä. Sen avulla voidaan selvittää, että saadut tulokset eivät ole sattuman varaisia. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 152.)

Tämä tutkimus toteutettiin huolellisesti sekä asianmukaisesti jokaisessa tutkimusvaiheessa. Tutkimuksen toteutuksessa jo kyselylomakkeita laatiessa huomioitiin tarkasti, että kysymykset vastaavat siihen, mitä tutkimuksella halutaan saada selville.

Tutkimuksessa lähdemerkinnät on tehty tarkasti ja totuudenmukaisesti. Lähteenä käytetyt teokset, tutkimukset ja internetsivut ovat asianmukaisia, luotettavia sekä ajantasaisia.

Tutkimuksen luotettavuutta vahvisti tutkimustilanteen rauhallisuus. Kyselylomakkeiden täyttäminen suoritettiin valvotusti, jolloin oppilaat keskittyivät ainoastaan täyttämään kyselylomaketta. Kyselylomakkeet täytettiin nimettöminä, jolloin kuukaan vastaajista ei ollut tunnistettavissa. Tämä lisäsi mahdollisesti nuorten rohkeutta vastata kysymyksiin totuuden mukaisesti.

Tutkimuksessa tutkimusotos jäi melko vähäiseksi ($n=38$), mikä vähentää hieman tutkimuksen luotettavuutta. Otos on sen verran pieni, etteivät tulokset ole suoraan yleistämiskelpoisia koskettamaan muita Suomen 9.-luokkalaisia.

Lisäksi tutkimuksen teoriaosuus jäi melko niukaksi ja pintapuoliseksi, mikä vaikuttaa osaltaan tutkimuksen luotettavuuteen ja teoreettiseen arvoon. Sähkötupakka ja sen käyttö ovat maailmalla vielä suhteellisen uusia ilmiöitä, minkä vuoksi aiheesta on tutkittu vasta vähän. Samasta syystä luotettavaa tutkimustietoa tähän työhön oli saatavilla melko niukasti. Aihetta kuitenkin tutkitaan koko ajan lisää.

7.3 Tutkimustulosten tarkastelu

Tutkimuksen tulokset osoittivat, että yhteensä 47,4 % 9.-luokkalaisista on joskus kokeillut sähkötupakkaa. Tämä oli huomattavasti enemmän kuin mitä tutkimuksen alkuvaiheessa osattiin odottaa. Sähkötupakan säännöllisiä käyttäjiä oli kuitenkin vain muutama, mikä oli positiivinen asia. Oli hienoa huomata myös, että 52,6 % vastaajista ei ollut koskaan kokeillutkaan sähkötupakkatuotteita.

Tutkimustuloksista ilmeni, että sähkötupakkaa kokeilleista 9.-luokkalaisista 39,5 % oli lisäksi kokeillut myös tavallista tupakkaa. Vastaajien joukossa oli myös sellaisia henkilöitä (7,9 %), jotka eivät olleet kokeilleet lainakaan tavallista tupakkaa, mutta olivat kuitenkin kokeilleet sähkötupakkaa. Näihin nuoriin on saattanut vaikuttaa median antama käsitys sähkötupakasta tavallisen tupakan terveellisempänä korvikkeena. Vuoden 2015 terveystapatutkimuksessa kaikista pojista 6 % (n=3148) ja tytöistä 7 % (n=4159) kertoivat nähneensä sähkötupakan mainontaa viimeisen kuukauden aikana.

Tutkimustuloksista selvisi, että 9.-luokkalaisten keskuudessa kokeilussa käytetyt sähkötupakkatuotteet sisälsivät pääosin nikotiinia, makuesanssia tai niitä molempia. Tällaisia tuotteita oli kokeillut yhteensä 89,0 %. Tulos lisäsi tutkijoiden epäilyjä siitä, tietäväkö nuoret riittävästi sähkötupakan terveyshaitoista.

Tutkimustulokset osoittivat, että vastaajista 84,2 % ei käytä sähkötupakkatuotteita säännöllisesti. Loput 15,8 % kertoivat käyttävänsä sähkötupakkatuotteita, jotka sisälsivät pääosin nikotiinia, makuesanssia tai niitä molempia.

Tutkimustuloksista ilmeni, että 31,6 % nuorista kokivat sähkötupakan hankkimisen helpoksi ja loput 68,4 % eivät osanneet ottaa kantaa asiaan. 15,8 % 9.-luokkalaisista kertoivat hankkineensa sähkötupakkaa kaverilta ja 2,6 % puolestaan nettikaupasta. Loput 81,6 % nuorista vastasivat, etteivät ole hankkineet sähkötupakkaa. Tutkijoilla heräsi kuitenkin epäily, etteivät vastaajat ole ymmärtäneet oikein kysymystä tuotteen hankkimisesta, sillä sähkötupakkaa kokeilevia nuoria on suhteessa paljon siihen nähden, miten moni vastasi, etteivät ole hankkinut tuotetta. Vuonna 2015 tehdyn nuorten terveystapatutkimuksen mukaan nuoret olivat

hankkineet sähkötupakkaa valtaosin kavereilta tai tuttavilta, mutta myös internetistä. Erityisesti internetin kautta hankkiminen oli noussut vuodesta 2013 vuoteen 2015 mennessä poikien keskuudessa jopa 10 % ja kavereiden kautta hankkiminen laskenut saman verran. Tyttöjen kohdalla muutokset olivat pieniä.

Tutkimustuloksista selvisi, etteivät 9.-luokkalaiset tarkemmin tiedä sähkötupakan terveyshaitoista. Vastaajista 46,6 % osasivat kuitenkin sanoa, että sähkötupakan haitat ovat tavallisen tupakan kaltaisia, niitä kuitenkin sen tarkemmin erottelematta. Tulokseen saattoi vaikuttaa, että nämä olivat avoimia kysymyksiä, joten murrosikäiset nuoret eivät välttämättä jaksaneet panostaa vastaamiseen kunnolla. Ainoastaan yksi vastaajista osasi tarkemmin kertoa sähkötupakan haittavaikutuksista. Huolestuttavaa oli myös, että 9.-luokkalaiset eivät tietämättömyydestään huolimatta olleet erityisen kiinnostuneita tietämään tuotteen terveyshaitoista. Aihetta käsittelevään kysymykseen ainoastaan 16,7 % vastasi haluavansa tietää lisää sähkötupakan terveyshaitoista ja niiden vaikutuksista elimistöön. Eräs näistä vastaajista vastasi miettineensä tavallisen tupakoinnin vaihtamista sähkötupakkaan.

7.4 Johtopäätökset ja jatkotutkimusideat

Tutkimuksesta voidaan päätellä, että sähkötupakan käyttö 9.-luokkalaisten keskuudessa on melko vähäistä, mutta sähkötupakkakokeilujen osalta ei voida sanoa samaa, sillä noin puolet vastaajista (n=38) kertoo kokeilleensa sähkötupakan polttamista joskus. Tähän saattaa vaikuttaa osittain nuorten murrosikä, kokeilun halu sekä rajojen rikkomisen viehätys.

Tutkimuksesta voidaan myös luoda johtopäätös, etteivät nuoret tiedä paljoakaan sähkötupakan terveyshaitoista. Tämä koski myös niitä nuoria, jotka kertoivat käyttävänsä sähkötupakkatuotteita. Tämän vuoksi olisi erityisen tärkeää, että myös koulun terveystasvatuksessa huomioitaisiin uudet riippuvuutta sekä terveyshaittoja aiheuttavat ilmiöt perinteisten päihteiden kuten tupakan, alkoholin ja huumeiden lisäksi.

Lisäksi tutkimuksen tuloksista voidaan päätellä, että vaikka 9.-luokkalaisilla ei ollut paljon tietoa sähkötupakan terveyshaitoista, he eivät vastausten perusteella sitä

itse myöskään kaipaa. Tämä yllätti, sillä myös tuotetta säännöllisesti käyttävillä ei ollut kiinnostusta tietää, miten tuote vaikuttaa heidän terveyteensä.

Jatkossa voitaisiin lähestyä aihetta myös terveydenhoitajien näkökulmasta. Voittaisiin esimerkiksi selvittää terveydenhoitajien näkemyksiä siitä, millaista tietoa terveydenhoitajat tarvitsisivat työvälineeksi, että pystyisivät paremmin tukea nuorten tietämystä tuotteen haitallisuudesta.

Jatkossa aihetta voitaisiin tutkia myös suuremmalla otoksella ottamalla tutkimukseen mukaan jonkin yläkoulun kaikki oppilaat. Tällöin saataisiin tarkempaa tietoa sähkötupakan suosioista eri-ikäisten nuorten keskuudessa. Lisäksi voitaisiin tutkia onko sähkötupakan käytössä esimerkiksi alueellisia eroja. Tällöin tutkimus voitaisiin suorittaa verraten esimerkiksi Etelä-Suomen yläkoululaisia ja pohjoissuomalaisiin nuoriin. Tässä tulisi kuitenkin huomioida, että tutkimusotos on molemmilla alueilla tarpeeksi suuri, että vastaukset ovat keskenään vertailukelpoisia.

Yhtenä jatkotutkimusideana voisi selvittää myös onko toisen asteen opiskelupaikalla vaikutusta sähkötupakoinnin yleisyyteen. Tällöin tutkimuksen kohderyhmäksi voitaisiin valita esimerkiksi lukio ja ammattikoulun opiskelijat.

Jatkotutkimusideat:

1. Millaista tietoa kouluterveydenhoitajat tarvitsisivat sähkötupakasta oman työnsä tueksi?
2. Sähkötupakointi yläkouluikäisten keskuudessa
3. Sähkötupakoinnin alueelliset erot nuorten keskuudessa
4. Sähkötupakoinnin yleisyys lukiossa vs. ammattikoulussa

LÄHTEET

European Commission, Health & Consumer Protection Directorate-General. 2008. Viitattu 14.2.2016.

http://ec.europa.eu/health/ph_determinants/life_style/Tobacco/Documents/orientation_0508_en.pdf

Euroopan parlamentin ja neuvoston direktiivi 2011/65/EU. Euroopan unionin virallinen lehti. Viitattu 23.4.2016 <http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:L:2011:174:0088:0110:FI:PDF>

e-Savuke.com. 2015. e-Neste ja nikotiini. Viitattu 10.9.2015. <http://www.e-savuke.com/e-neste/>

e-Savuke.com. 2015. Sähkötupakka – Mikä se on?. Viitattu 10.9.2015. <http://www.e-savuke.com/sahkotupakka/>

Finnair. 2016. .. Rajoitetut esineet ja aineet. Viitattu 14.2.2016. <http://www.finnair.com/fi/fi/information-services/baggage/dangerous-goods>

Kaleva. 2011. Valvira puuttui sähkötupakan mainontaan. Viitattu 14.2.2016 <http://www.kaleva.fi/uutiset/kotimaa/valvira-puuttui-sahkotupakan-mainontaan/559351/>

Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2009. Tutkimus hoitotieteessä. Helsinki. WSOYpro Oy.

Kansainväliset kemikaalikortit. 2012. Akroleiini. Viitattu 17.9.2015. <http://kappa.ttl.fi/kemikaalikortit/khtml/nfin0090.html>

Kinnunen, J., Pere, L., Lindfors, P., Ollila, H. & Rimpelä, A. 2015. Nuorten tupakkatuotteiden käyttö 1977-2015. Nuorten terveystapatutkimus (NTTT) 2015. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2005:31. Viitattu 23.4.2016. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126379/URN_ISBN_978-952-00-3592-1.pdf?sequence=1

L 13.8.1976/693. Tupakkalaki. Säädos säädöstietopankki Finlexin sivuilla. Viitattu 26.4.2016. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1976/19760693>

Lehtonen, P. 2016. Työterveyshuollon erikoislääkäri, urheilulääkäri. Vaasan Terveystalo. Haastattelu. 17.1.2016.

Lindfors, P., Pere, L., Kinnunen, J., Huhtinen, H., Lehtinen-Jacks, S., Parviainen, H., Koivusilta, L., El-Amin, S., Nummi, T., Räsänen, T., Mikkola, M., Kaltiala-Heino, R., Kosunen, E. & Rimpelä, A. 2013. Nuorten terveystapatutkimus (NTTT). Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 30.9.2015. <https://www.thl.fi/documents/10531/1449887/Nuorten+tupakointi.pdf/66e3904b-4128-4855-a12b-7cc8c5b5a714>

Lääkealan turvallisuus- ja kehittämiskeskus Fimea. 2008. Sähkötupakka on luokiteltu lääkkeeksi. Viitattu 26.4.2016. <https://www.fimea.fi/-/sahkotupakka-on-luokiteltu-laakkeeksi>

Mustonen, T. 2004. Tupakkariippuvuuden neurobiologinen tausta. Duodecim. 120. 145-152. Viitattu 1.4.2016. <http://www.terveysportti.fi/xmedia/duo/duo94040.pdf>

Rauhalahhti, M. 2012. Viekö sähkösavuke ojasta allikkoon? Suomalainen lääkäri-seura Duodecim. 128, 6, 551-552.

Rydman, A. 2013. Sähkötupakka yleistyy kovaa vauhtia – ”Tupakoitsijat omak-suvat helposti”. Helsingin Sanomat. Verkko uutiset. Viitattu 24.9.2015. <http://www.verkkouutiset.fi/kotimaa/S%C3%A4hk%C3%B6tupakka-8705>

Ruokolainen, O., Ollila H., Sandström P. & Heloma A. 2015. Sähkösavukkeiden terveyteen liittyvät vaikutukset ja teho tupakoinnin lopettamisessa. THL – tutkimuksesta tiiviisti 19/2015. Viitattu 7.2.2016. http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126301/TUTI_19_2015.pdf?sequence=3

Suomalainen lääkäri-seura Duodecim. 2016. Vieroitusoireet. Viitattu 2.4.2016. http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=nix00259

Sydänoja, J. 2014. Sähkötupakka sekoitti rippileiriä. Ilkka. 108, 61, 2.

Terho, P., Ala-Laurila, E-L. & Laakso, J. 2002. Kouluterveydenhuolto. 18-21. Helsinki. Kustannus Oy Duodecim.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2016. Kouluterveydenhuolto. Viitattu 9.4.2016. <https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/opiskeluhoito/kouluterveydenhuolto>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2015 a. Sähkösavuke. Viitattu 10.9.2015. <https://www.thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/tupakka/tupakkatuotteet-ja-sahkosavuke/sahkosavuke>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2015 b . Mitä on tupakka riippuvuus. Viitattu 1.4.2016. <https://www.thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/tupakka/tupakoinnin-lopettaminen/mita-on-tupakkariippuvuus>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2015 c. Tupakkatuotteiden lisäainesosat. Viitattu 3.4.2016. <https://www.thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/tupakka/tupakkatuotteet-ja-sahkosavuke/tupakkatuotteiden-lisaainesosat>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2015 d. Sähkösavuketta koskeva lainsäädäntö. Viitattu 19.3.2016 <https://www.thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/tupakka/tupakkatuotteet-ja-sahkosavuke/sahkosavuke/sahkosavukkeita-koskeva-lainsaadanto>

Terveysten ja hyvinvoinnin laitos & Työterveyslaitos. 2012. Sähkötupakoinnin terveysvaikutuksista ei riittävästi tietoa. Viitattu 23.4.2016. Teoksessa Tiedote 7/2012. Helsinki. https://www.ttl.fi/tiedotteet/sivut/tiedote7_2012.aspx

Turvallisuus- ja kemikaalivirasto. 2013. Sähkösavukkeita kärysi Tukesin testeissä. Viitattu 23.4.2016.
(<https://www.tukes.fi/fi/Ajankohtaista/Tiedotteet/Ssahkolaitteet/Sahkosavukkeita-karysi-Tukesin-testeissa-/>)

Valvira 2011. Sähkösavuke. Viitattu 14.2.2016.
<http://www.valvira.fi/tupakka/sahkosavuke>

Valvira. 2015. Haitta-aineet. Viitattu 29.9.2015.
<http://www.valvira.fi/tupakka/tuotevalvonta/haitta-aineet>

Valvira. 2015. Propyleeniglykoli. Viitattu 17.9.2015.
http://www.valvira.fi/tupakka/tuotevalvonta/tupakan_lisaaainesosat/propyleeniglykoli

Valvira. 2015. Glyseroli. Viitattu 17.9.2015.
http://www.valvira.fi/tupakka/tuotevalvonta/tupakan_lisaaainesosat/glyseroli

VR- Valtionrautatiet 2016. Tupakointi. Viitattu 14.2.2016
<https://www.vr.fi/cs/vr/fi/ukk#1383029022382>

LIITE 1

1(3)

SAATEKIRJE

Hyvät vanhemmat/huoltajat,

Opiskelemme Vaasan ammattikorkeakoulussa terveydenhoitajan tutkintoa. Olemme tekemässä tutkintoomme kuuluvaa opinnäytetyötä nuorten sähkötkupakointiin liittyen. Toteutamme työmme kyselytutkimuksena, jossa selvitämme 9.-luokkalaisten tietämystä ja kokemusta aiheesta sekä tuotteen terveyshaitoista.

Kysely toteutetaan koulussa oppitunnilla ja se vie vain muutaman minuutin. Vastaaminen tapahtuu luokassa jaettavan kyselylomakkeen avulla täysin nimettömästi. Käsitlemme vastaukset luottamuksellisesti niin, että niitä ei pystytä yhdistämään vastaajiin. Vastaukset hävitetään huolella heti tutkimuksen valmistumisen jälkeen. Kyselyyn osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Tulokset julkaistaan opinnäytetyössämme sekä verkkojulkaisuna Theseuksessa.

Toivoisimme lapsenne osallistuvan tutkimukseen vastaamalla kyselyyn. Täyttäkää ystävällisesti alla oleva osio, josta käy ilmi saako lapsenne osallistua tutkimukseen.

Kiitos yhteistyöstä!

Ystävällisin Terveisin,
Terveydenhoitajaopiskelijat

Meea Huhtala & Sanna Perttu

Vastaamme mielellämme opinnäytetyöhön liittyviin kysymyksiin sähköpostitse.☺


☐

Oppilas **saa** osallistua kyselyyn.

☐

Oppilas ei osallistu kyselyyn.

Huoltajan allekirjoitus: _____

Palautetaan rehtorille 6.11.2015 mennessä.

LIITE 2

2(3)

SAATEKIRJE

Hyvä 9.-luokkalainen,

Opiskelemme Vaasan ammattikorkeakoulussa terveydenhoitajan tutkintoa. Olemme tekemässä tutkintoomme kuuluvaa opinnäytetyötä nuorten sähkötukointiin liittyen. Toteutamme työmme kyselytutkimuksena, jossa selvitämme 9.-luokkalaisten tietämystä aiheesta sekä tuotteen terveyshaitoista.

Vastaaminen tapahtuu ohessa olevan kyselylomakkeen avulla täysin nimettömästi. Käsittelemme vastaukset luottamuksellisesti niin, että niitä ei pystytä yhdistämään vastaajiin. Vastaukset hävitetään huolella heti tutkimuksen valmistumisen jälkeen. Kyselyyn osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Tulokset julkaistaan opinnäytetyössämme sekä verkkojulkaisuna Theseuksessa.

Toivoisimme Sinun vastaavan kyselyyn rehellisesti ja henkilökohtaisesti. Me vastaamme mielellämme opinnäytetyöhön liittyviin kysymyksiin sähköpostitse.

Kiitos yhteistyöstä!

Ystävällisin Terveisin,

Terveydenhoitajaopiskelijat

Meea Huhtala & Sanna Perttu

LIITE 3

3(3)

KYSELYLOMAKE**Sähkötupakointi 9.-luokkalaisten keskuudessa****Lue kysymykset huolellisesti ja rastita oikea vaihtoehto****1. Sukupuoli:**☐ Nainen☐ Mies**2. Ikä:_____****3. Oletko kokeillut tavallista tupakkaa?**☐ Kyllä☐ En**4. Poltatko säännöllisesti tavallista tupakkaa?**☐ Päivittäin☐ Viikottain☐ Harvemmin☐ En polta**5. Oletko kokeillut sähkötupakkaa?**☐ Kyllä☐ En**6. Käytätkö säännöllisesti sähkötupakkaa?**☐ Kyllä☐ En

LIITE 3

3(3)

7. Kuinka usein käytät sähkötupakkaa?

- ☐ Useita kertoja päivässä
- ☐ 3-4 kertaa päivässä
- ☐ 1-2 kertaa päivässä
- ☐ 1-2 kertaa viikossa
- ☐ Harvemmin
- ☐ En käytä

8. Millaista sähkötupakkaa olet kokeillut? (voit valita tarvittaessa useampia vaihtoehtoja)

- ☐ Ilman nikotiinia
- ☐ Nikotiinia sisältävää
- ☐ Makuesanssia sisältävää
- ☐ Nikotiinia ja makuesanssia sisältävää
- ☐ Jotain muuta sisältävää, mitä? _____
- ☐ En tiedä
- ☐ En ole kokeillut

9. Millaista sähkötupakkaa käytät? (voit valita tarvittaessa useampia vaihtoehtoja)

- ☐ Ilman nikotiinia
- ☐ Nikotiinia sisältävää
- ☐ Makuesanssia sisältävää
- ☐ Nikotiinia ja makuesanssia sisältävää
- ☐ Jotain muuta sisältävää, mitä? _____
- ☐ En tiedä
- ☐ En käytä

10. Mistä olet hankkinut sähkötupakkaa?

- ☐ Kaupasta
- ☐ Nettikaupasta
- ☐ Kaverilta
- ☐ Muualta, mistä? _____
- ☐ En ole hankkinut sähkötupakkaa

LIITE 3

3(3)

11. Onko sähkötupakkaa mielestäsi helppo hankkia?

- ☐ Kyllä
- ☐ Ei
- ☐ En osaa sanoa

12. Mitä tiedät sähkötupakoinnin haittavaikutuksista? Mainitse esimerkkejä.

13. Mitä haluaisit tietää sähkötupakasta ja sen terveyshaitoista ?
